

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

				06월 01일(월)	06월 02일(화)	06월 03일(수)	06월 04일(목)	06월 05일(금)
주간 학교급식 영양량					· 기장밥 · 쇠고기미역국 (5.6.16) · 파리고추양념짬 (5.6.13) · 숙주부추나물(5.6) · 오리고추장볶음 (5.6.13) · 배추김치(9) · 마카다미아아이스 크림(2)		· 검정쌀밥 · 새콤달콤졸면 (1.5.6.13) · 맑은콩나물국 (5.6.9.18) · 그린샐러드/오리엔탈드레싱(5.6.13) · 치즈폼은카츠(중고)(2.5.6.10.12.13.18) · 짬두기(9) · 애플소르베(2)	· 활면미밥 · 들깨시락국(5.6) · 영이장아찌(5) · 상추&쌈장 (5.6.13) · 간장돼지불고기 (5.6.10.13) · 김달걀말이(1.5) · 배추김치(9) · 바나나
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품					국내산(한우)/국내산		국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품					국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품					국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품					국내산/국내산		국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품					국내산		국내산	국내산
2) 배추/가공품					국내산		국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품					국내산		국내산	국내산
4) 콩/가공품					국내산		국내산	국내산
낙지/가공품					중국산		중국산	중국산
명태/가공품					러시아산		러시아산	러시아산
고등어/가공품					국내산		국내산	국내산
갈치/가공품					국내산		국내산	국내산
오징어/가공품					국내산		국내산	국내산
꽃게/가공품					국내산		국내산	국내산
참조기/가공품					국내산		국내산	국내산
주꾸미/가공품					베트남산		베트남산	베트남산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.00	785.00	0.09		793.96		790.71	772.37
탄수화물(g)	0.00	0.00	59.78		115.23		117.64	116.30
단백질(g)	20.05	20.05	19.01		38.83		36.11	36.11
지방(g)	0.00	0.00	21.20		18.79		17.90	18.34
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	215.85		245.07		180.11	222.38
티아민(mg)	0.34	0.41	0.50		0.56		0.26	0.68
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.48		0.55		0.31	0.57
비타민C(mg)	26.70	33.40	39.10		29.76		53.65	33.90
칼슘(mg)	242.00	283.50	344.43		250.48		443.99	338.82
철분(mg)	3.70	4.70	4.81		5.20		4.16	5.08

\* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

\* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

\* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찹쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」 제3조)

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량	06월 08일(월)	06월 09일(화)	06월 10일(수)	06월 11일(목)	06월 12일(금)
	· 검정쌀밥 · 두부맑은탕(중고)(5.6) · 매콤닭조림(2.5.6.12.13.15.16.18) · 매콤콩나물무침(5.6) · 콘치즈(1.2.5.13) · 배추김치(9) · 골드키위	· 기장밥 · 꽃게된장국(5.6.8) · 오이무침(13) · 매콤오징어볶음(17) · 투데이스터디넷(블루베리) · 호박알&양배추쌈+쌈장(5.6.13)	· 혼합잡곡밥(5) · 김치콩나물국(5.6.9) · 등뼈찜(5.6.10.13) · 썩갠두부무침(5) · 채소전(1.5.6) · 배추김치(9) · 포도	· 활현미밥 · 닭곰탕(15) · 오이양파무침(13) · 해물부추전(1.5.6.9.13.17) · 깍두기(9) · 방울토마토(12) · 진한배도라지즙(13)	

식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산		국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산		국내산/국내산
1) 쌀/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
2) 배추/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
3) 고춧가루/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
4) 콩/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
낙지/가공품	중국산	중국산	중국산		중국산
명태/가공품	러시아산	러시아산	러시아산		러시아산
고등어/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
갈치/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
오징어/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
꽃게/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
참조기/가공품	국내산	국내산	국내산		국내산
주꾸미/가공품	베트남산	베트남산	베트남산		베트남산

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.00	785.00	1.97	786.94	781.80	838.38		794.67
탄수화물(g)	0.00	0.00	57.60	113.97	112.29	115.35		113.28
단백질(g)	20.05	20.05	18.57	33.70	39.14	36.00		37.83
지방(g)	0.00	0.00	23.82	20.70	19.49	24.73		18.70
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	237.28	204.75	226.72	265.72		251.95
티아민(mg)	0.34	0.41	0.60	0.50	0.43	0.99		0.50
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.67	0.59	0.66	0.77		0.65
비타민C(mg)	26.70	33.40	44.60	76.29	40.05	29.28		32.78
칼슘(mg)	242.00	283.50	225.02	190.97	333.39	253.98		121.76
철분(mg)	3.70	4.70	4.16	3.97	4.31	4.69		3.66

\* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

\* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

\* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에서 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

				06월 15일(월)	06월 16일(화)	06월 17일(수)	06월 18일(목)	06월 19일(금)
주간 학교급식 영양량				· 검정쌀밥 · 얼큰오징어우국 (5.6.17) · 상추&쌈장(5.6.13) · 훈제오리속추첨 (13) · 배추김치(9) · 친환경수박	· 기장밥 · 양송이크림스프 (2.5.6.13.16) · 감자채베이컨볶음 (5.10) · 에그황박스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 당제로나잡복송아곤약젤리(11) · 양배추샐러드/키워드레싱(1.2.5.6)	· 혼합잡곡밥(5) · 새알미역국(5.6) · 알감자버터구이 (2.13) · 매콤닭갈비 (5.6.13.15) · 배추김치(9)	· 검정쌀밥 · 순두부맛살국 (1.2.5.6.8) · 돼지갈비찜 (5.6.10.13) · 브로콜리속회&초고추장(5.6.13) · 열무무침(5.6) · 총각김치(9) · 상하이버터떡(중고)(1.2)	· 활현미밥 · 돼지목살김치찌개 (5.6.9.10) · 가지나물(5.6.18) · 맛살양상추샐러드 & 오리엔탈드레싱 (1.2.5.6.8.12.13) · 생선까스&타르타르소스(1.5.6.13) · 배추김치(9) · 오렌지
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	중국산
명태/가공품				러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품				베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	베트남산
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.00	785.00	0.71	745.59	807.14	797.10	801.88	801.21
탄수화물(g)	0.00	0.00	60.54	104.50	127.85	124.52	114.67	120.48
단백질(g)	20.05	20.05	17.27	34.91	27.32	37.41	35.42	33.88
지방(g)	0.00	0.00	22.19	20.36	19.83	15.27	21.60	19.39
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	182.46	317.47	198.84	124.88	215.33	55.76
티아민(mg)	0.34	0.41	0.60	0.52	0.55	0.47	0.80	0.67
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.47	0.46	0.42	0.39	0.56	0.50
비타민C(mg)	26.70	33.40	38.30	23.48	20.02	25.86	26.08	96.08
칼슘(mg)	242.00	283.50	251.41	277.07	104.19	195.06	338.72	342.00
철분(mg)	3.70	4.70	3.84	3.68	3.41	3.71	4.63	3.76

\* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

\* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

\* 주 평균 섭취량은 원산지부터 급유일까지의 영양량의 평균입니다

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찹쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

				06월 22일(월)	06월 23일(화)	06월 24일(수)	06월 25일(목)	06월 26일(금)
주간 학교급식 영양량				· 검정쌀밥 · 감자옹심이국 (5.6.9.17) · 메추리알곤약조림 (1.13) · 배추겉절이(13) · 우물고기버섯볶음 (5.6.13.16) · 총각김치(9) · 제주감귤주스	· 기장밥 · 김치콩나물국 (5.6.9) · 애호박&새송이버섯 전(1.5.6) · 닭봉간장구이(15) · 배추김치(9) · 참외 · 초코퐁당튀낭시에 (1.2.5.6)	· 비빔밥(5.6.13.16) · 오이미역냉국 (5.6.13.16) · 달걀후라이(1.5) · 순살고등어구이 (5.7) · 배추김치(9) · 바나나 · 오디푸딩	· 검정쌀밥 · 마라탕 (1.2.5.6.10.15.16) · 오이무침(13) · 껌바로우탕수육 (1.5.6.10.11.13.18) · 배추김치(9) · 오렌지	
식재료				원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품				국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	
돼지고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
닭고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
오리고기/가공품				국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	
1) 쌀/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
2) 배추/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
3) 고춧가루/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
4) 콩/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
낙지/가공품				중국산	중국산	중국산	중국산	
명태/가공품				러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	
고등어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
갈치/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
오징어/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
꽃게/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
참조기/가공품				국내산	국내산	국내산	국내산	
주꾸미/가공품				베트남산	베트남산	베트남산	베트남산	
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.00	785.00	2.01	794.45	847.45	788.99	772.16	
탄수화물(g)	0.00	0.00	58.02	119.56	123.26	105.02	117.58	
단백질(g)	20.05	20.05	17.19	35.78	40.32	36.77	25.02	
지방(g)	0.00	0.00	24.79	18.91	21.20	24.92	23.33	
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	193.37	142.45	188.22	285.58	157.21	
티아민(mg)	0.34	0.41	0.52	0.44	0.69	0.43	0.51	
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.66	0.63	0.61	0.99	0.44	
비타민C(mg)	26.70	33.40	32.35	20.72	29.24	16.08	63.37	
칼슘(mg)	242.00	283.50	256.22	213.18	379.33	182.86	249.53	
철분(mg)	3.70	4.70	4.61	5.42	4.62	4.17	4.24	

\* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

\* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

\* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찰쌀, 현미, 흑미 및 찰쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

※ 2023. 7. 1.부터 25~20배 증가(「원산지표시법 시행령」 제2조)

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣

# 학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

장대현중고등학교

(중식)

주간 학교급식 영양량	06월 29일(월)	06월 30일(화)			
	· 돈까스카레덮밥 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) · 유부국(5.6.9.13) · 어묵채소볶음 (1.5.6.13) · 배추김치(9) · 끼리베리크림치즈타르트(1.2.6) · 양배추샐러드/사우전드 아일랜드드레싱 (1.2.5.6)				
식재료	원산지	원산지			
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산				
돼지고기/가공품	국내산/국내산				
닭고기/가공품	국내산/국내산				
오리고기/가공품	국내산/국내산				
1) 쌀/가공품	국내산				
2) 배추/가공품	국내산				
3) 고춧가루/가공품	국내산				
4) 콩/가공품	국내산				
낙지/가공품	중국산				
명태/가공품	러시아산				
고등어/가공품	국내산				
갈치/가공품	국내산				
오징어/가공품	국내산				
꽃게/가공품	국내산				
참조기/가공품	국내산				
주꾸미/가공품	베트남산				
영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량
에너지(kcal)	785.00	785.00	2.27	802.79	
탄수화물(g)	0.00	0.00	57.05	113.91	
단백질(g)	20.05	20.05	13.23	26.42	
지방(g)	0.00	0.00	29.71	26.36	
비타민A(μg RAE)	178.50	250.50	300.10	300.10	
티아민(mg)	0.34	0.41	0.36	0.36	
리보플라빈(mg)	0.41	0.49	0.42	0.42	
비타민C(mg)	26.70	33.40	32.23	32.23	
칼슘(mg)	242.00	283.50	260.46	260.46	
철분(mg)	3.70	4.70	3.74	3.74	

\* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)

\* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산

\* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

\* 식재료 원산지

- 1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찹쌀, 현미, 흑미 및 찌쌀을 포함)
- 2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
- 3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
- 4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
- 5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣